

# Sugerencias Para Ser un Padre Afectivo

Una de las cosas más importantes que usted puede hacer para prevenir el maltrato de menores es construir una relación positiva con sus propios niños.

## **Ayude a que sus hijos se sientan amados y seguros.**

Todos podemos tomar pasos para mejorar nuestra relación con nuestros hijos:

- \* Asegúrese que sus hijos sepan que los ama, incluso cuando hagan algo malo.
- \* Aliente a sus hijos. Felicite sus logros y sus talentos.
- \* Pase tiempo con sus niños. Hagan cosas juntos que les gusten a todos.

## **Busque ayuda si lo necesita.**

Los problemas tales como el desempleo, tensión en el matrimonio, o un niño con necesidades especiales puede aumentar a la tensión en la familia. Y el ser padre es un trabajo desafiador por si mismo. Nadie espera que usted sepa hacerlo todo. Si usted sospecha que la tensión puede estar afectando la manera que usted trata a su hijo, o si usted solamente desea el apoyo adicional que todos los padres necesitan en algún momento u otro, intente lo siguiente:

- \* **Hable con alguien.** Cuénteles a un amigo, proveedor de cuidado de salud, o a un líder en su comunidad de fe sobre sus preocupaciones. O hágase miembro de un grupo de auto ayuda para los padres. (Vea Circle of Parents and Parents Anonymous" Inc. en el Directorio de Recursos, pagina 59, para localizar a un grupo cerca de usted.)
- \* **Busque consejería.** La consejería individual o de familia puede ayudarle a aprender maneras sanas para comunicarse uno a otro.
- \* **Tome una clase de como ser padre.** Nadie nació sabiendo como ser un buen padre. Las clases de como ser un buen padre le pueden dar las habilidades que necesita para criar a un niño feliz y saludable.
- \* **Acepte ayuda.** No lo tiene que hacer todo. Acepte ofertas de ayuda de amigos, familia, o vecinos. Y no tenga miedo de pedir ayuda si lo necesita.

Las siguientes paginas ofrecen sugerencias más detalladas para establecer una familia unida y feliz.

